

Attualità

**Bardo Thodol – il Libro Tibetano dei Morti.****Dalla vita terrena a quella ultraterrena.**

di Elena Messina (\*)

Le dottrine del Libro tibetano dei morti che conducono attraverso le visioni, profondamente simboliche, dello “stato intermedio” o sfera postmortale, poggiano su antichissime tradizioni tibetane ed indiane. Ridurre lo studio al solo Libro dei morti non sarebbe in realtà corretto perché le tradizioni scritte ci informano che nel Tibet vigeva un sistema di “conduzione dell’anima” del defunto, molto articolato e molto sviluppato. Ciò detto, il testo più noto è oggi conosciuto come Bardo Thodol – o Libro tibetano dei Morti.

Si tratta di un testo tradizionale, che fu composto in sanscrito dal grande maestro Padma Sambhava, nell’VIII o nel IX secolo, per i buddhisti indiani e tibetani, ma fu da questi occultato e venne riportato alla luce solo nel XIV secolo dallo «scopritore di tesori» spirituali Karma Lingpa.

Come è forse noto, tra i primi a commentare in Italia questo sconcertante manuale di viaggio fu, negli anni Trenta, l’orientalista Giuseppe Tucci. Da allora in poi, e soprattutto negli ultimi anni, si sono succedute a ritmo frenetico riedizioni e commenti sempre nuovi. “*Bar-do*” è l’espressione tibetana che indica la dimensione del passaggio tra due stati, ovvero la vita e la morte, la coscienza e l’assenza di coscienza.

La morte per i tibetani non è una condizione di stasi, ma una profonda sconvolgente trasformazione. L’asceta si esercita già in vita a cogliere l’attimo che sta “tra” vita e aldilà; così come si esercita a cogliere il momento *magico* in cui la mente passa dalla veglia al sonno ovvero dal sogno del mattino – carico di premonizioni – al risveglio. Apprendere le fasi che succedono alla estinzione della esistenza

terrena, imprimerle nella propria memoria di immagini per il tibetano vale come promessa di “liberazione”.

Il *Bardo Thodol – o Libro Tibetano dei Morti* – insegna che alla morte ogni uomo è posto di fronte al mondo ultraterreno secondo il punto di vista coltivato nella propria religione. Per il buddhismo non esiste infatti un solo paradiso, ma tanti quanti sono gli esseri illuminati, perché ciascuno di essi ha la capacità di creare con la mente una «terra pura». Se il cristiano avvicinandosi alla morte incontra il Cristo e l’indiano incontra l’amorevole Vishnu, non vi è dunque da stupirsi. Il *Bardo Thodol* invita a “non accontentarsi” di queste visioni religiose, ma a immergersi in una Luce più profonda, anteriore, che precede ogni forma e nella quale ogni manifestazione si discioglie. Il Bardo Thodol è anche definito “grande poema della luce”. La “luce” è infatti il grande esorcismo alla paura della morte, che terrorizza gli adulti così come il buio terrorizza i bambini.

Il *Bardo Thodol* ci informa che morire significa nascere nella luce invita a “stare calmi”, a non cedere a spaventi o a lusinghe ultraterrene, attraverso un complesso quanto poetico esame del trapasso e delle esperienze del periodo compreso fra la totale liberazione dal corpo e la nuova incarnazione. Si tratta di una descrizione straordinariamente convincente, poiché ognuno dei momenti che regolano il passaggio dalla vita terrena a quella ultraterrena si rifà costantemente alla realtà della vita terrena e dunque ad una realtà che l’asceta conosce e con cui si è confrontato nel corso della sua intera esistenza.

Così, per rappresentare le esperienze del bar-do il Libro tibetano dei morti ricorre a esperienze autentiche, vissute dalla coscienza nella vita terrena descrivendole e permettendo all'uomo di avvicinarsi alla loro comprensione. Tali esperienze sono principalmente sei; esse mirano a cogliere i momenti intermedi che fanno parte della nostra esperienza di vita terrena. Chi riesce nella loro comprensione, si avvicina all'accettazione del bar-do che accompagna il termine della vita terrena e sarà in grado di porsi rispetto a quel momento con calma e attesa.

Il primo stato intermedio, in quanto *sKye – gnas bar-do*, definisce la nascita nella sfera esistenziale e sta a significare che l'intero percorso che va dalla nascita alla morte deve essere considerato uno stato intermedio. Possiamo considerarlo tale perché è solo uno stato che fa parte della lunga catena delle forme di vita che si susseguono. La vita appare essere uno stato compreso fra due esperienze di morte, cioè fra un'esperienza che la precede e un'esperienza che la segue; e lo stato di morte nell'aldilà ritorna sempre fra due forme di vita nel mondo.

Il secondo bar-do si identifica con lo stato intermedio della coscienza onirica o con lo stato onirico (tib. *rMi-lam gyi bar-do*). L'uomo si trova nel bar-do dello stato onirico "quando il sonno è apparso e non è ancora scomparso". In generale, le dottrine tibetane dello stato onirico danno istruzioni, che sono particolarmente importanti dal punto di vista psicologico, sul modo di controllare ed influenzare durante il sonno e il sogno la continuità della coscienza della veglia affinché l'uomo anche durante il sogno sia consapevole della vera natura delle ingannevoli immagini del mondo onirico.

L'identificazione con le immagini del mondo onirico offuscherebbe la coscienza e produrrebbe pertanto ulteriore ignoranza e ulteriore attaccamento. Così come, grazie ad esercizi di concentrazione, l'uomo riesce a guidare la propria coscienza, conservandola intatta, attraverso lo stato intermedio del sogno, così nell'aldilà, saprà guidare la coscienza attraverso lo stato intermedio del sogno.

Il terzo bar-do è lo stato intermedio durante la meditazione (scr. *dhyana*, tib. *bSamgtan*) e il *samadhi* (tib. *Ting-nge- 'dzin*), cioè fra lo stato della coscienza concentrata e quello della visione estatica, nei quali vengono dissolte tutte le immagini e tutte le idee sbagliate. *dharmakaga*. Nel *samadhi*, il momento culminante della meditazione, si manifesta la Chiara Luce, e vengono così dissolte completamen-

te tutte le immagini ingannevoli. L'uomo giunge così alla consapevolezza di poter disporre di una coscienza non-offuscata e liberata. Tale liberazione coincide con l'affrancamento della coscienza dalla potenza dei desideri e delle passioni, dai legami col mondo delle illusioni, affrancamento che è il presupposto della liberazione.

Esistono inoltre tre ulteriori stadi intermedi che riguardano quanto avviene in seguito alla morte. Primo fra questi, l' *'Chi – kha 'bar-do*, si riferisce allo stato intermedio del momento del trapasso, porta davanti all'occhio spirituale della mente la visione della "Chiara Luce" che sale dal profondo della coscienza. Questa luce chiara e bianca costituisce la suprema esperienza della realtà per il tibetano.

Esiste quindi un successivo stato intermedio postmortale, lo *Srid – pai bar-do*, in cui la coscienza incomincia a scendere, a calarsi nelle concrezioni della materia, le cui forze si uniscono prima della rinascita per rinascere a loro volta in una nuova forma.

L'ultimo stato intermedio che la coscienza del defunto sperimenta nell'aldilà è lo *srid. pai bar-do*, il bar-do della ricerca della nuova esistenza. In esso la coscienza avverte i segni premonitori della comparsa di una nuova forma vitale.

Scopo ultimo del testo tibetano è dunque l'invito all'uomo ad abbandonare la paura della morte per accogliere la morte della paura.

Bibliografia essenziale:

Detlef-I. Lauf, *Il Libro Tibetano dei Morti*, edizioni Mediterranee 1975

(\*) Ha conseguito la laurea magistrale in Antropologia culturale ed Etnologia con una tesi relativa al rapporto tra donazione degli organi, morte e religione. Oggi lavora presso il Coordinamento Regionale delle donazioni e dei Prelievi di organi e tessuti del Piemonte e della Valle d'Aosta.